

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-10-21 poniedziałek	dietą śródziemnom.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por brzoskwinia 1szt 100 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa pieczarkowa zabelana z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g gołąbek w sosie pomidorowym 150 g (GLUTEN) Brokuły gotowane 150 g jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napoj owocowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 150 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2357 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 307 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 49 Błonnik pokarmowy [g] 38
	podst Bar	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa pieczarkowa zabelana z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g gołąbek w sosie pomidorowym 150 g (GLUTEN) Brokuły gotowane 150 g jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napoj owocowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 100 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2436 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 358 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 33
	lekka Ila	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko (120g) 120 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Brokuły gotowane 150 g napoj owocowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 100 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2480 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 351 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 36 Błonnik pokarmowy [g] 26

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-10-21 poniedziałek	zołędkowa IIb	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) salata liść 1 Por Jabłko (120g) 120 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO)	zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Brokuły gotowane 150 g napój owocowy 250 ml	Jabłko parzone (120g) 120 g	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 100 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2487 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 348 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 27
	cukrzykowa b/ml IId	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko (120g) 120 g salata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	mus jabłkowy 100 g	zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Brokuły gotowane 150 g napój owocowy 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 150 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA)	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 100 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2280 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 309 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 28 Błonnik pokarmowy [g] 28
	b/białk. VI + w chemioter.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko (120g) 120 g salata liść 1 Por Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	budyń waniliowy z sokiem malinowym 200 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 160 g (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Brokuły gotowane 150 g napój owocowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO)	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 100 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2876 Białko ogółem [g] 138 Tłuszcz [g] 101 Węglowodany ogółem [g] 367 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 62 Błonnik pokarmowy [g] 26
	cukrzykowa VII	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) papryka świeża 50 g salata liść 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (330ml) 1 szt	zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g gołąbek w sosie pomidorowym 150 g (GLUTEN) Brokuły gotowane 150 g jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO) napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 200 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA)	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 100 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2151 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 304 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 11 Błonnik pokarmowy [g] 42

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-10-22 wtorek	dieta śródziemnom.	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Szynka bartenika 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) Jogurt naturalny z musli 100 ml (MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) bułka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kotlet schabowy panierowany 80 g (GLUTEN, JAJA) surówka z selera i jabłka 150 g (SELER) szpinak gotowany 100 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml		Jajko gotowane 50 g (JAJA) szynka konserwowa wieprzowa 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) gruszka 1szt 150 g pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2329 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 331 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 25 Błonnik pokarmowy [g] 38
	podst Bar	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Szynka bartenika 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) pomidor 50 g sałata 20 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kotlet schabowy panierowany 80 g (GLUTEN, JAJA) surówka z selera i jabłka 150 g (SELER) napój owocowy 250 ml		Jajko gotowane 50 g (JAJA) szynka konserwowa wieprzowa 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2043 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 298 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 23 Błonnik pokarmowy [g] 27
	lekka Ila	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Szynka bartenika 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko (120g) 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2177 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 305 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 20 Błonnik pokarmowy [g] 18

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-10-22 wtorek	zołędkowa IIb	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Szynka bartenika 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	sok jabłkowy 200ml 1 szt	zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	połędwica z koperkiem 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) MASŁO 82% 5 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) sałata liść 1 Por	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2285 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 318 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 22 Błonnik pokarmowy [g] 19
	cukrzycowa b/ml IId	Szynka bartenika 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g Jabłko parzone (120g) 120 g	zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	połędwica z koperkiem 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 40 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2333 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 346 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 13 Błonnik pokarmowy [g] 23
	b/białk. VI + w chemioter.	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Szynka bartenika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 20 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 160 g (GLUTEN, SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2417 Białko ogółem [g] 135 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 284 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 12 Błonnik pokarmowy [g] 19
	cukrzycowa VII	Szynka bartenika 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por bułka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z selera i jabłka 150 g (SELER) napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 150 g	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1857 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 251 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 14 Błonnik pokarmowy [g] 37

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-10-23 środa	dietę śródziemnom.	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczeń rzymska 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) ser żółty (1) 25 g (MLEKO) pomarańcza 100 g miód wielokwiatowy 25g 1 szt sałata 20 g papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ryż brązowy 200 g udko pieczone z kurczaka 130 g sos pieczeniowy 50 ml (GLUTEN) surówka z buraczków 100 g napój owocowy 250 ml mus jabłkowy 100 g		ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (MLEKO) sałatka z pomidorów, sałaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 200 g kiwi 1szt 1 szt pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2590 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 375 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 60 Błonnik pokarmowy [g] 37
	podst Bar	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczeń rzymska 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) ser żółty (1) 25 g (MLEKO) rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ryż brązowy 200 g udko pieczone z kurczaka 130 g sos pieczeniowy 50 ml (GLUTEN) surówka z buraczków 150 g napój owocowy 250 ml mus jabłkowy 100 g		kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2498 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 378 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 27
	lekka Ila	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) miód wielokwiatowy 25g 1 szt rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pomidor 50 g sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane w sosie jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml mus jabłkowy 100 g		kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2761 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 431 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 22

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-10-23 środa	zołędkowa IIb	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) miód wielokwiatowy 25g 1 szt rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pomidor 50 g sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane w sosie jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	ser biały mielony z natką pietruszki 40 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor sparzony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2835 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 429 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 23 Błonnik pokarmowy [g] 22
	cukrzycowa b/ml IId	połędwica sopocka wieprzowa 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g mus jabłkowy 100 g	zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane w sosie jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	szynka połędwiczna 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2629 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 402 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 22
	b/białk. VI + w chemioter.	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser żółty (1) 50 g (MLEKO) rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) sałata 20 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane w sosie jarzynowym 260 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLEKO) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 70 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 3074 Białko ogółem [g] 150 Tłuszcz [g] 107 Węglowodany ogółem [g] 388 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 24 Błonnik pokarmowy [g] 20
	cukrzycowa VII	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser żółty (1) 50 g (MLEKO) sałata 20 g papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane w sosie jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków 150 g napój owocowy b/c 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z pomidorów, sałaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 200 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2409 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 309 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 28 Błonnik pokarmowy [g] 36

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-10-24 czwartek	dieta śródziemnom.	plátky jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) brzoskwinia 1szt 100 g sałata 20 g pomidor 50 g bułka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa dyniowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza pęczak na sypko 200 g schab gotowany w sosie pieczarkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z czerwonej kapusty 150 g Kalafior z wody 100 g napoj owocowy 250 ml		hummus 60 g ser biały krajanka (MLEKO) 80 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2176 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 295 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 37
	podst Bar	plátky jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) brzoskwinia 1szt 100 g sałata 20 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa dyniowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza pęczak na sypko 200 g schab gotowany w sosie pieczarkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z czerwonej kapusty 150 g napoj owocowy 250 ml		ser biały krajanka (MLEKO) 80 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2040 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 258 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 21 Błonnik pokarmowy [g] 26
	lekka Ila	plátky jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały mielony z koperkiem 50 g (MLEKO) Banan 1/2 szt 1 Por sałata 20 g pomidor 50 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa dyniowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		szynka gotowana wieprzowa 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko (120g) 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2338 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 325 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 27

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-10-24 czwartek	zołędkowa IIb	plátky jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały mielony z koperkiem 50 g (MLEKO) Banan 1/2 szt 1 Por sałata 20 g pomidor 50 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa dyniowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Galeretka owocowa 150 g (GLUTEN, MLEKO)	szynka gotowana wieprzowa 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko parzone (120g) 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2471 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 347 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 27
	cukrzykowa b/mi IId	połędwica sopocka wieprzowa 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g	zupa dyniowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	Kalafior z wody 150 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	szynka gotowana wieprzowa 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko parzone (120g) 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2304 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 330 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 24 Błonnik pokarmowy [g] 30
	b/białk. VI + w chemioter.	plátky jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) Banan 1/2 szt 1 Por ser biały mielony z koperkiem 50 g (MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa dyniowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 160 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Galeretka owocowa 150 g (GLUTEN, MLEKO)	szynka gotowana wieprzowa 70 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko (120g) 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2678 Białko ogółem [g] 142 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 356 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 27
	cukrzykowa VII	Jajko gotowane 50 g (JAJA) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) brzoszkwinia 1szt 100 g sałata 20 g bułka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa dyniowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza pęczak na sypko 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z czerwonej kapusty 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Kalafior z wody 150 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	szynka gotowana wieprzowa 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek zielony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2223 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 283 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 22 Błonnik pokarmowy [g] 38

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-10-25 piątek	dietę śródziemnom.	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) marmolada owocowa 50 g połędwica z warzywami 50 g serek homogenizowany naturalny 100 g (MLEKO) arbuz 150 g ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki 200 g Filet z miruny panierowany smażony 100 g (GLUTEN, JAJA, RYBY) surówka z kiszzonej kapusty 150 g (GORCZYCA) marchewka gotowana mini 100 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		szynka połówdicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) kalarepa plastrowana 50 g sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2084 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 287 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 33
	podst Bar	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica z warzywami 50 g marmolada owocowa 50 g arbuz 150 g serek homogenizowany naturalny 100 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki 200 g Filet z miruny panierowany smażony 100 g (GLUTEN, JAJA, RYBY) surówka z kiszzonej kapusty 150 g (GORCZYCA) napoj owocowy 250 ml		szynka połówdicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g kalarepa plastrowana 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1964 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 287 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 19 Błonnik pokarmowy [g] 25
	lekka lla	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) Filet z miruny gotowany w jarzynach 100 g (GLUTEN, RYBY, SELER) ziemniaki 200 g marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		szynka połówdicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2412 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 354 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 24 Błonnik pokarmowy [g] 28

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-10-25 piątek	zoledkowa IIb	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) marmolada owocowa 50 g Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki 200 g Filet z miruny gotowany w jarzynach 100 g (GLUTEN, RYBY, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt wafle ryżowe 30 g MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	szynka połówdicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2711 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 417 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 29
	cukrzycowa b/ml IIId	szynka konserwowa wieprzowa 80 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml wafle ryżowe 30 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki 200 g Filet z miruny gotowany w jarzynach 100 g (GLUTEN, RYBY, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Kalafior z wody 150 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	szynka połówdicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 264 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2306 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 357 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 22 Błonnik pokarmowy [g] 32
	b/bialk.VI + w chemioter.	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 70 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki 200 g Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 200 g (GLUTEN, RYBY, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	połówdica z koperkiem 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) MASŁO 82% 5 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN)	szynka połówdicowa 70 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2392 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 91 Węglowodany ogółem [g] 299 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 18 Błonnik pokarmowy [g] 34
	cukrzycowa VII	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) pomarańcza 1/2 100 g ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki 200 g Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 100 g (GLUTEN, RYBY, SELER) surówka z kiszonej kapusty 150 g (GORCZYCA) napój owocowy b/c 250 ml	Kalafior z wody 150 g	szynka połówdicowa 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1788 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 253 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 15 Błonnik pokarmowy [g] 42

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-10-26 sobota	dieta śródziemnom.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) polędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa barszcz biały z ziemniakami zabieleny 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) kasza gryczana (może zawierać GLUTEN, DWUTLENEK SIARKI, ORZECHY, SELER, ŁUBIN) 200 g (SOJA) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z białej kapusty 150 g Kalafior z wody 120 g napoj owocowy 250 ml		Szynka bartnika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z rzodkiewki i kopru 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2300 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 97 Węglowodany ogółem [g] 283 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 27 Błonnik pokarmowy [g] 34
	podst Bar	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) polędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa barszcz biały z ziemniakami zabieleny 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) kasza gryczana (może zawierać GLUTEN, DWUTLENEK SIARKI, ORZECHY, SELER, ŁUBIN) 200 g (SOJA) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z białej kapusty 150 g napoj owocowy 250 ml		Szynka bartnika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z rzodkiewki i kopru 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2370 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 306 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 26
	lekka Ila	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) polędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		Szynka bartnika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 140 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2335 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 379 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 32 Błonnik pokarmowy [g] 26

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-10-26 sobota	zoledkowa I Ib	platkí owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) polędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały krajanka z koperkiem 50 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN)	Szynka bارتnika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2439 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 374 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 25
	cukrzykowa b/ml IId	polędwica sopocka wieprzowa 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g Jabłko parzone (120g) 120 g	napój owocowy b/c 250 ml zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN)	Szynka bارتnika 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2448 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 376 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 16 Błonnik pokarmowy [g] 28
	b/bialk. VI + w chemioter.	platkí owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) polędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 160 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN)	Szynka bارتnika 70 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2417 Białko ogółem [g] 121 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 335 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 30
	cukrzykowa VII	ser biały krajanka z koperkiem 50 g (MLEKO) polędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) ogórek zielony 50 g	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa barszcz biały z ziemniakami zabieleny 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) kasza gryczana (może zawierać GLUTEN, DWUTLENEK SIARKI, ORZECHY, SELER, ŁUBIN) 200 g (SOJA) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN)	Szynka bارتnika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z rzodkiewki i kopru 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2371 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 105 Węglowodany ogółem [g] 269 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 32

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-10-27 niedziela	dieta śródziemnom.	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) dżemik 25 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ogórek konserwowy 50 g (SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko pieczone z kurczaka 130 g surówka z buraczków 150 g Brokuły gotowane 100 g napoj owocowy 250 ml		Jajko gotowane 50 g (JAJA) pasztet sojowy 60 g (SOJA) ogórek zielony 30 g sałatka z papryki i sałaty 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2150 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 287 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 62 Błonnik pokarmowy [g] 37
	podst Bar	ser żółty (2) 50 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ogórek konserwowy 50 g (SELER, GORCZYCA) sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko pieczone z kurczaka 130 g surówka z buraczków 150 g napoj owocowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z papryki i sałaty 100 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2070 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 301 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 56 Błonnik pokarmowy [g] 23
	lekka Ila	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) dżemik 25 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane w sosie jarzynowym 150 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2106 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 301 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 22

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-10-27 niedziela	żołądkowa IIB	dżemik 25 g mięso got. wieprzowe 50 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	sok jablkowy 200ml 1 szt	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane w sosie jarzynowym 150 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2178 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 306 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 21
	cukrzycowa bIMI IId	połędwica 'Ani' 80 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	kisiel owocowy b/c 150 ml	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane w sosie jarzynowym 150 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	Chrupki kukurydziane 30 g	szynka konserwowa wieprzowa 60 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2128 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 313 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 24
	b/białk. VI + w chemioter.	ser żółty (2) 50 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO)	napoj owocowy 250 ml zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane w sosie jarzynowym 260 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	ser biały mielony 40 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 70 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2546 Białko ogółem [g] 136 Tłuszcz [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 297 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 24
	cukrzycowa VII	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane w sosie jarzynowym 150 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Brokuły gotowane 150 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 60 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z papryki i sałaty 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1980 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 277 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 28